

## Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule

### 1. „Verrückt? Na und!: Stark, wenn sich einer traut, über seelische Probleme zu reden“ – das Schulprojekt von Irrsinnig Menschlich e.V.

Das Schulprojekt von Irrsinnig Menschlich e.V. (Verein für Öffentlichkeitsarbeit in der Psychiatrie) „Verrückt? Na und!“ richtet sich an 15- bis 25-jährige Jugendliche aller Schulen, geht von den Bedürfnissen der jeweiligen Klasse aus, dauert mindestens einen Schultag, findet in der Schule statt, ist fortsetzbar und setzt auf ganzheitliches Lernen. Im Schulprojekt stehen eigene Erfahrungen und Erlebnisse, Neugier, Spannung und Spaß an erster Stelle. Ein Team (ein Moderator, ein „Experte in eigener Sache“) begleitet die Jugendlichen dabei. Sie lernen u.a. Menschen kennen, die psychische Krankheit durchgemacht haben. Durch persönliche Begegnung und Information lassen sich Ängste und Vorurteile am besten abbauen. (Weiterlesen unter [www.verrueckt-na-und.de](http://www.verrueckt-na-und.de))

Das Schulprojekt wird von mehr als 20 Regionalgruppen in Deutschland nach dem Curriculum von Irrsinnig Menschlich angeboten. Die Regionalgruppen sind in folgenden Städten: Bayreuth, Berlin, Darmstadt, Dresden, Giessen, Görlitz/Löbau, Göttingen, Halle/S., Heide-Kreis Dithmarschen, Heppenheim/Kreis Bergstraße, Kassel, Königslutter-Wolfsburg, Lahn-Dill-Kreis, Leipzig, Magdeburg, München, Nürnberg, Rostock, Saarbrücken, Siegen, Stuttgart, Wismar/Schwerin. Weitere folgen.

**Kontakt Regionalgruppen:** [http://www.verrueckt-na-und.de/html/kontakt\\_teams.html](http://www.verrueckt-na-und.de/html/kontakt_teams.html)

#### **Unterrichtsmaterialien:**

Manual zur Durchführung des Schulprojekts „Verrückt? Na und!“ - Curriculum

#### **Infomaterialien:**

- *Ausstellung „Gut drauf?“* mit acht Tafeln zur Information über das Thema psychische Gesundheit / Krankheit in der Schule und anderen Bildungs- und Freizeiteinrichtungen (Themen: Anderssein!?, Psychosen und Drogen, Depression, Mit dem Körper nicht klarkommen, Ängste, Suizid, Selbstverletzendes Verhalten, Alkohol (Mieten oder käuflich Erwerben bei Irrsinnig Menschlich))
- *Pocket-Guides* zur Information junger Menschen zu einzelnen psychischen Gesundheitsproblemen (Themen: Anderssein!?, Psychosen und Drogen, Depression, Mit dem Körper nicht klarkommen, Ängste, Suizid, Selbstverletzendes Verhalten, Alkohol), (Bestellung bei Irrsinnig Menschlich)
- *Plakatkampagne* zur Sensibilisierung über psychische Krisen von jungen Menschen ebenfalls zu den Themen: Anderssein!?, Psychosen und Drogen, Depression, Mit dem Körper nicht klarkommen, Ängste, Suizid, Selbstverletzendes Verhalten, Alkohol, (Bestellung bei Irrsinnig Menschlich)
- *Krisenwegweiser* für junge Menschen zur Information über kommunale und regionale Hilfs- und Beratungsmöglichkeiten (Herstellung bei Lieferung des vollständigen und geprüften Datensatz durch Irrsinnig Menschlich)

**Mehr zu den Infomaterialien:** <http://www.irrsinnig-menschlich.de/html/materialien.html>

#### **Workshops:**

- *Workshop* zur Ausbildung von Moderatoren und Experten in eigener Sache zur Durchführung des Schulprojekts „Verrückt? Na und!“

- *Workshop* zur Sensibilisierung von Lehrern und Erziehern für das Thema „Schule und seelische Gesundheit“

**Kontakt / Information:**

Irrsinnig-Menschlich e.V.  
Dr. Manuela Richter-Werling  
Universitätsklinikum – ZpG  
Sammelweisstraße 10  
04103 Leipzig  
Tel.: 0341/ 222 89 90  
Fax: 0341/ 9903168  
E-mail: [info@irrsinnig-menschlich.de](mailto:info@irrsinnig-menschlich.de)  
Website: [www.verrueckt-na-und.de](http://www.verrueckt-na-und.de), [www.irrsinnig-menschlich.de](http://www.irrsinnig-menschlich.de)

## 2. Schulprojekt von „Irre menschlich e.V.“ (Hamburg)

„Irre menschlich Hamburg war bisher an über 100 Unterrichtsprojekten für Schülerinnen und Schüler der Unter-, Mittel- und Oberstufe aller Schultypen beteiligt. Die Projekte beziehen sich auf den Lehrplan oder auf besondere Anlässe. Wir beraten die Lehrkräfte und versorgen sie mit altersgerechten und authentischen Materialien.“ (Weiterlesen unter [www.irremenschlich.de/projekte/schule](http://www.irremenschlich.de/projekte/schule))

**Unterrichtsmaterialien:**

[www.irremenschlich.de/projekte/schule](http://www.irremenschlich.de/projekte/schule)

**Kontakt / Information:**

Irre menschlich e.V.  
Prof. Thomas Bock  
Martinistraße 52  
20246 Hamburg  
Tel.: 040 - 428 03 -9259  
Fax : 040 - 428 03 -5455  
Email: [mail@irremenschlich.de](mailto:mail@irremenschlich.de)  
Website: [www.irremenschlich.de](http://www.irremenschlich.de)

## 3. MindMatters - Förderung der psychischen Gesundheit in Schulen (Sek I) von der Universität Lüneburg

„MindMatters“ ist ein Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit für Schulen der Sekundarstufe I. Es ist als Settingansatz der Gesundheitsförderung und Bildung entwickelt und bezieht die ganze Schule mit ein. Es richtet sich daher an Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte, Schulleitungen, nicht unterrichtendes Personal, Eltern sowie das schulische Umfeld.“ (Weiterlesen unter [www.mindmatters-schule.de](http://www.mindmatters-schule.de))

**Unterrichtsmaterialien:**

Die Bestellung der MindMatters-Hefte zu verschiedenen Themen und Unterrichtsideen unter: [www.mindmatters-schule.de/index2](http://www.mindmatters-schule.de/index2)

**Kontakt / Informationen:**

MindMatters - Projektzentrum:  
Zentrum für Angewandte Gesundheitswissenschaften (ZAG)

Prof. Dr. Peter Paulus  
Projekt MindMatters  
Wilschenbrucher Weg 84a  
21335 Lüneburg  
Fax: 04131-677 7966  
Website: [www.mindmatters-schule.de](http://www.mindmatters-schule.de)

#### **4. Lernpaket "Psychisch Kranke" für Schulen von BASTA, München**

„In Kooperation mit dem Schul- und Kultusreferat der Landeshauptstadt München hat BASTA ein Lernpaket entwickelt. Es kann in mehreren Fachbereichen (Ethik, Religion, Deutsch und Sozialkunde) aller Schularten für Jugendliche im Alter von 14-18 Jahren eingesetzt werden. Die Gestaltung des Materialangebots ermöglicht ein Anpassen an die unterschiedliche Leistungsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler. Die ersten drei Bestandteile des Lernpakets sind Unterrichtseinheiten, die sich ohne großen Arbeitsaufwand vom Lehrer in den Klassen durchführen lassen. Eine letzte Einheit sieht den Kontakt mit einem Betroffenen und Psychiatrieprofi vor.“

(Weiterlesen unter [openthedoors.de/de/lernpaket\\_schule](http://openthedoors.de/de/lernpaket_schule))

##### ***Kontakt / Information:***

BASTA – Bündnis für psychisch erkrankte Menschen  
Möhlstr. 26  
81675 München  
Tel.: 089/4140-6674  
Fax: 089/4140-6688  
Email: [info@openthedoors.de](mailto:info@openthedoors.de)  
Website: <http://openthedoors.de>

#### **5. „Deine Stärken. Deine Zukunft. Ohne Druck.“ Eine internationale Kampagne des Jugendrotkreuzes**

„Kinder und Jugendliche unter Druck reagieren unterschiedlich. Einige kommen damit zurecht. Andere ziehen sich zurück oder geben auf, weil sie Angst haben zu versagen. Sie zweifeln an sich, werden schlimmstenfalls sogar aggressiv oder krank. Das Jugendrotkreuz macht mit der grenzüberschreitenden Kampagne „Deine Stärken. Deine Zukunft. Ohne Druck!“ in Deutschland, Österreich, der Schweiz und in Luxemburg den wachsenden Druck zum Thema.“ (Weiterlesen unter [www.deine-staerken.org](http://www.deine-staerken.org))

##### ***Unterrichtsmaterialien:***

[www.deine-staerken.org/deutsch](http://www.deine-staerken.org/deutsch)

##### ***Kontakt / Informationen:***

Website: [www.deine-staerken.org](http://www.deine-staerken.org)

#### **6. Präventionskonzept "Alex" für Schulen des TIP in Lübeck**

Seit 1996 arbeitet das TIP (Transparenz Information Prävention) in Lübeck mit dem Präventionskonzept "Alex" an allen Schulen ab Klasse 7. Für die Bereiche Kindergarten und Grundschule bzw. bis Klasse 6 hat das TIP das Konzept "Kleine Menschen - große Krisen" in

Verbindung mit dem "Alltagsspiel" entwickelt. Unterlagen dazu können bei TIP in Lübeck angefordert werden. (Weiterlesen unter [www.tip-initiativen.de](http://www.tip-initiativen.de))

**Kontakt / Information:**

TIP Lübeck  
Zentrum für Suizidprävention - für Kinder, Jugendliche und Angehörige e. V.  
Kanalstraße 80  
D-23552 Lübeck  
Website: [www.tip-initiativen.de](http://www.tip-initiativen.de)

**7. „(Nicht) Ganz normal?!“ Infopaket für LehrerInnen vom „Bündnis gegen Depression“ und dem „Kompetenznetz Depression“ der Uni Leipzig**

Materialien für die Unterrichtsgestaltung in der Sekundarstufe I und II. 2006

**Download im Internet unter:**

[www.buendnis-depression.de/depression/media/Infopaket\\_fuer\\_Lehrer.pdf](http://www.buendnis-depression.de/depression/media/Infopaket_fuer_Lehrer.pdf)

**Kontakt / Informationen:**

Universität Leipzig  
Deutsches Bündnis gegen Depression e.V.  
Kompetenznetz Depression  
Prof. Dr. Ulrich Hegerl  
Sammelweisstraße 10  
04103 Leipzig  
Webseiten: [www.buendnis-depression.de](http://www.buendnis-depression.de), [www.kompetenznetz-depression.de](http://www.kompetenznetz-depression.de)

**8. "Erwachsen werden" - Ein Zukunftsprogramm vom Lions e.V. für Kinder und Jugendliche macht Schule**

Die Förderung sozialer Kompetenzen junger Menschen in der Schule steht im Mittelpunkt von „Erwachsen werden“. Das Programm will die Schülerinnen und Schüler dabei unterstützen, ihr Selbstvertrauen und ihre kommunikative Kompetenz zu stärken, Kontakte und Beziehungen aufzubauen und zu pflegen, Konflikt- und Risikosituationen in ihrem Alltag zu begegnen und für Probleme, die gerade die Pubertät gehäuft mit sich bringt, konstruktive Lösungen zu finden. Gleichzeitig möchte es ihnen beim Aufbau eines eigenen Wertesystems Orientierung anbieten. Damit ordnet sich das Konzept in den Ansatz der *Life-Skills-Erziehung* („Lebenskompetenz-Erziehung“) ein, dem von der aktuellen Forschung die größten Erfolgsaussichten bei der Prävention (selbst-) zerstörerischer Verhaltensweisen zugesprochen werden.

**Kontakt / Informationen:**

Hilfswerk der Deutschen Lions e.V.  
Ressort Lions-Quest  
Frau Ingeborg Vollbrandt  
Bleichstraße 1- 3  
65183 Wiesbaden,  
Tel.: 0611-991 54 81  
E-Mail: [I.Vollbrandt@Lions-Hilfswerk.de](mailto:I.Vollbrandt@Lions-Hilfswerk.de)  
Webseite: [www.lions-quest.de](http://www.lions-quest.de)

## **9. „Soester Programm“ des Nordrhein-Westfälischen Landesinstituts für Schule und Weiterbildung (LIS) in Soest**

Das Suchtpräventionsprogramm (ausgerichtet auf stoffliche und nichtstoffliche Substanzen) ist auf deutsche Verhältnisse exakt zugeschnitten und bietet den Lehrern mit Unterrichtseinheiten für die 5. bis 13. Klasse ein umfangreiches Programm an. Im Prinzip kann der Lehrer aus den einzelnen Bausteinen nach Bedarf auswählen. Ziel des Programms ist die Stärkung der allgemeinen Lebenskompetenz. Dazu zählt etwa das Training der Selbstwahrnehmung, Förderung des sozialen Verhaltens, Entwicklung einer gesundheitsbewussten Position und die Mobilisierung von Kräften zur Selbsthilfe. Die Unterrichteinheiten beinhalten u.a. Rollenspiele, Phantasiereisen zur Entspannung, Gruppenarbeit Zeichnen und naturwissenschaftliche Experimente, dabei werden die Themenkomplexe gesundes Essen, Stressbewältigung, Konfliktlösung durch Kommunikation und Konsumverhalten bis zum Drogengebrauch behandelt.

### ***Kontakt / Informationen***

Lothar Krause  
OPUS Netzwerk NRW  
Städt. Gesamtschule Borbeck  
Ripshorster Str. 285  
45357 Essen  
Tel: 0201 - 860671-70  
Email: [l.h.krause@t-online.de](mailto:l.h.krause@t-online.de)